

# Tómese el tiempo para ponerse la vacuna contra la influenza

**La mejor manera de protegerse contra la influenza es ponerse la vacuna cada temporada de la enfermedad.**

## ¿Por qué vacunarse contra la influenza (gripe)?

La influenza (gripe) es una enfermedad respiratoria contagiosa que puede causar complicaciones graves, requerir de hospitalización e incluso provocar la muerte. Cualquier persona puede contraer la influenza, y la forma más eficaz de protegerse contra esta enfermedad es vacunándose. Hasta los niños y adultos saludables pueden enfermarse gravemente de influenza y propagar el virus a sus familiares y amigos.

Los virus de la influenza cambian constantemente y, en cada temporada, se pueden propagar diferentes virus que transmiten esta enfermedad. Al vacunarse contra la influenza cada temporada protege contra tres de los virus que, según las investigaciones, causarán la mayor cantidad de infecciones durante ese periodo. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan ponerse la vacuna contra la influenza como el paso más importante para prevenir la enfermedad.

## ¿Quién debe vacunarse contra la influenza?

**Todas las personas tienen riesgos de contraer influenza estacional.**

Los expertos en salud recomiendan actualmente que todas las personas de 6 meses de edad o más se vacunen contra la influenza. En cada temporada, se propagan virus de la influenza diferentes que afectan de manera distinta a las personas, de acuerdo a la capacidad de su cuerpo para combatir la infección. Aun los niños y adultos saludables pueden enfermarse gravemente de influenza, pero ciertas personas tienen más riesgos de sufrir complicaciones graves debido a esta enfermedad, entre ellos se cuentan:

- Personas de 65 años o más
- Niños menores de 5 años, pero en especial si tienen menos de 2 años de edad
- Personas con ciertas afecciones médicas crónicas como asma y enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), diabetes (tipo 1 y 2), enfermedades del corazón, afecciones neurológicas y otros problemas de salud
- Mujeres embarazadas

Para ver la lista completa, consulte "Personas con alto riesgo de sufrir complicaciones relacionadas con la influenza" en [http://www.cdc.gov/flu/about/disease/high\\_risk.htm](http://www.cdc.gov/flu/about/disease/high_risk.htm)

## ¿Quién NO debe vacunarse contra la influenza?

La vacuna contra la influenza no está aprobada para niños menores de 6 meses, por lo tanto no se los debe vacunar, pero en su lugar se deben vacunar las personas encargadas de su cuidado. Las personas que están enfermas y tienen fiebre deben esperar hasta que se vayan los síntomas antes de vacunarse..

Algunas personas no se deben vacunar antes de consultar primero con su doctor. Por ejemplo:

- Las personas con alergia grave a los huevos de gallina.
- Las personas que en el pasado han tenido una fuerte reacción a la vacuna contra la influenza.
- Las personas que tuvieron síndrome de Guillain-Barré (SGB) en las 6 semanas después de haber recibido una vacuna contra la influenza.

Si tiene preguntas sobre si debe usted recibir la vacuna contra la influenza, consulte a su proveedor de atención médica.

## Cuándo se debe vacunar

**Vacúnese tan pronto como la vacuna esté disponible en su comunidad.**

La vacunación temprana brinda protección en caso de que la temporada de influenza comience antes de lo previsto y le protegerá durante toda la temporada de influenza.



## ¿Cuáles son los tipos de vacunas contra la influenza disponibles?

Hay dos tipos disponibles de vacunas contra la influenza estacional:

1. Una vacuna **inactivada** (muerta), también conocida como **vacuna inyectable contra la influenza**, que se administra por medio de una inyección en un músculo, y
2. Una vacuna **viva, atenuada** (debilitada), también conocida como **aerosol nasal**, que se aplica con un atomizador directamente dentro de la nariz.

## ¿Cuáles son los beneficios de recibir la vacuna contra la influenza?

- **PROTECCIÓN** para usted.
- **PROTECCIÓN** para los recién nacidos y bebés que aún son muy pequeños para vacunarse.
- **PROTECCIÓN** para las personas con alto riesgo de sufrir complicaciones debido a la influenza.

Las temporadas de influenza son impredecibles y pueden ser graves. Durante un periodo de 30 años, entre 1976 y 2007, las estimaciones de muertes relacionadas con la influenza en los Estados Unidos oscilaron desde un nivel bajo de 3,000 personas hasta un punto máximo de 49,000 casos. Cada año, más de 200,000 personas son hospitalizadas debido a la influenza, incluido un promedio de 20,000 niños menores de 5 años de edad.

La temporada de influenza 2009-2010 es un ejemplo de cuán impredecible puede ser la influenza. Esa temporada fue a continuación de la aparición de un nuevo virus H1N1 de influenza en la primavera del 2009. El virus causó la primera influenza pandémica (brote global de la enfermedad) en más de 40 años. Miles de niños y adultos saludables tuvieron que consultar al médico o fueron hospitalizados debido a complicaciones por la influenza.

## ¿Cuáles son los efectos secundarios de las vacunas contra la influenza?

Las vacunas contra la influenza son seguras y no pueden transmitirle la enfermedad porque están elaboradas con virus muertos o debilitados, pero los dos tipos de vacunas pueden causar efectos secundarios leves.

Los efectos secundarios más comunes son dolor, enrojecimiento, sensibilidad o hinchazón en el sitio donde se aplicó la inyección.

Los efectos secundarios de la vacuna en aerosol pueden ser secreción y congestión nasales y tos.

## ¿Cuál de las vacunas contra la influenza es la indicada para mujeres embarazadas?

La vacuna contra la influenza en inyección (no el aerosol nasal) es segura para las mujeres embarazadas durante todo el embarazo. Las madres que están amamantando pueden recibir la vacuna inyectable o en aerosol nasal.

**Se recomienda que todas las personas de 6 meses de edad y más se vacunen contra la influenza.**

La vacuna contra la influenza reduce su riesgo de enfermedad, hospitalización o incluso de muerte y puede evitar la transmisión del virus a sus seres queridos. Proteja a su familia contra la influenza: vacúnese.

Las vacunas contra la influenza se administran en muchos consultorios y clínicas médicas. Aunque no tenga una enfermera o médico primarios, se puede poner la vacuna contra la influenza en otros lugares, como el departamento de salud local, una farmacia, una clínica de atención urgente y hasta en su escuela, centro de salud universitario o lugar de trabajo.

## Esta tabla indica quiénes pueden recibir cada una de estas vacunas.

	(Inactivada) Vacuna inyectable contra la influenza	(LIAV, por sus siglas en inglés) Aerosol nasal
Niños y personas no embarazadas saludables (2-49 años)	X	X
Mujeres embarazadas	X	
Bebés (6 – 24 meses)	X	
Personas con afecciones crónicas como asma o diabetes	X	
Adultos mayores o ancianos	X	

